

## Основы самообслуживания (профиль обслуживающий труд/подготовка младшего обслуживающего персонала)

Аксёнова Светлана Домировна, учитель технологии высшей квалификационной категории КГБОУ «Ачинская школа №3», руководитель МО учителей технологии, организатор центра компетенций регионального чемпионата среди людей с ОВЗ и инвалидностью «Абилимпикс», площадок профессиональной олимпиады «Дорога к мастерству», призер-победитель конкурсов профессионального мастерства среди людей с ОВЗ и инвалидностью «Абилимпикс», «Лучший по профессии», «Дорога к мастерству»

### «Основы самообслуживания»

#### **1. Содержание задания**

Обучающемуся необходимо выполнить практические работы:

#### **2. Порядок выполнения задания**

*Модуль 1 – «Сортировка столовой и кухонной посуды перед ручным мытьем».*

Обучающемуся необходимо рассортировать посуду по группам очерёдности мытья и поставить карточку с номером от 1 до 5: стеклянная посуда (стакан, фужер для воды), чайная посуда (чашка, блюдце), столовая посуда (тарелки, салатники), столовые приборы (вилки, ложки, ножи), кухонная посуда (кастрюли, сковородки, сотейник).

*Модуль 2 – «Влажная уборка кухни».*

Обучающемуся необходимо разложить карточки с изображением этапов влажной уборки кухни в правильной последовательности.

*Модуль 3 – «Хранение одежды».*

Обучающемуся выдаются предметы одежды: демисезонная куртка, вязаный шерстяной свитер, блузка из синтетической ткани, классические брюки. Предметы одежды должны быть из разных материалов.

Обучающемуся необходимо:

- почистить куртку щеткой для чистки одежды.
- подобрать способ хранения одежды.
- почистить брюки липким роликом для чистки одежды.

*Модуль 4 – «Мелкий ремонт одежды».*

Обучающемуся необходимо пришить пуговицу с 4 отверстиями:

- вдеть нитку в иголку, завязать узелок;
- пришить пуговицу;
- закрепить нитку петлей к изнаночной стороне ткани.

### **3. Общие требования по охране труда**

1. Перед началом выполнения модуля 1 проверить целостность посуды и столовых приборов.

2. Перед началом выполнения модуля 4 проверить, чтобы иголка находилась в игольнице.

3. При работе с колющими и режущими инструментами соблюдать правила техники безопасности.

4. Рабочее место должно быть достаточно освещено.

5. По окончании каждого модуля приводить в порядок рабочее место.

### **4. Оборудование и материалы:**

Стол, стул.

**Модуль 1:** стакан 250 л, фужер для воды 400 мл, чашка 200 мл, блюдце для чашки 14,5 см, салатник, тарелка глубокая 24 см, тарелка столовая 27 см, тарелка пирожковая 16 см, 1 вилка, 1 ложка, 1 нож, кастрюля, сковорода, сотейник. Карточки с номерами от 1-5.






**Модуль 2:** Карточки с изображением этапов ежедневной уборки.





Изображения карточек представлены в *Приложении А*. Таблица для карточек – в *Приложении Б*.

**Модуль 3:** 1 демисезонная куртка, 1 вязаный шерстяной свитер, 1 блузка из синтетической ткани, 1 брюки классические, средство от моли, плечики с противоскользящим покрытием или обтянутые тканью, вешалка с расширенными плечиками, вешалка с зажимами, полиэтиленовый пакет для хранения одежды, щетка для чистки одежды, липкий ролик для чистки одежды.

**Модуль 4:** Пуговица (большая) с 4 отверстиями, ткань, нитка в тон пуговицы, иголка, ножницы, игольница.

### Инструкционная карта задания «Основы самообслуживания»

№	Последовательность операций (рисунок)	Инструменты и приспособления	Способ производства работ
<b>Модуль 1 «Сортировка столовой и кухонной посуды перед ручным мытьем»</b>			
1.		Предметы столовой и кухонной посуды	Рассмотреть столовую и кухонную посуду
2.		Стакан, фужер для воды	Отсортировать стеклянную посуду
3.		Карточка №1	Поставить карточку №1
4.		Чашка, блюдце для чашки	Отсортировать чайную посуду
5.		Карточка №2	Поставить карточку №2
6.		Салатник, тарелка глубокая, тарелка столовая, тарелка пирожковая	Отсортировать столовую посуду

№	Последовательность операций (рисунок)	Инструменты и приспособления	Способ производства работ
7.		Карточка №3	Поставить карточку №3
8.		Вилка, ложка, нож	Отсортировать столовые приборы
9.		Карточка №4	Поставить карточку №4
10.		Кастрюля, сковорода, сотейник	Отсортировать кухонную посуду
11.		Карточка №5	Поставить карточку №5

## Модуль 2 – «Влажная уборка кухни»

**Карточки с этапами уборки кухни раскладываются в последовательности**



1. Открыть форточку



2. Надеть  
спецодежду: фартук,  
перчатки








3. Вымыть посуду








4. Протереть шкафы



5. Протереть кухонный фартук	
6. Вымыть рабочий стол	
7. Протереть кухонную плиту	
8. Протереть духовку	
9. Протереть микроволновую печь	



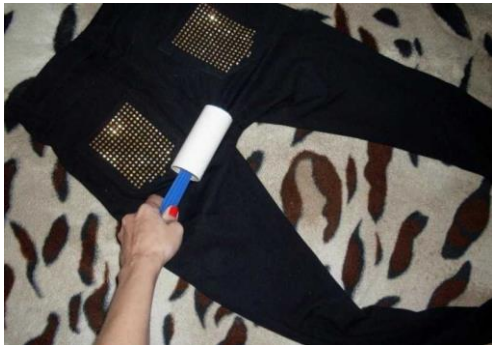



10. Почистить раковину и сток	
11. Вымыть пол	
12. Вынести мусор	
13. Убрать на место инвентарь	
14. Закрыть форточку	
15. Вымыть руки с мылом	


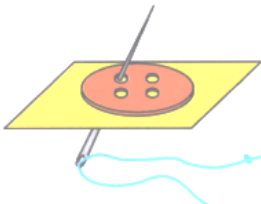

### Модуль 3 «Хранение одежды»

№	Последовательность операций (рисунок)	Инструменты и приспособления	Способ производства работ
1.		Предметы одежды	Рассмотреть одежду и виды тканей
2.		Демисезонная куртка, щетка для чистки одежды	Почистить демисезонную куртку щеткой для чистки одежды
3.		Демисезонная куртка, вешалка с расширенными плечиками	Повесить демисезонную куртку на вешалку с расширенными плечиками
4.		Вязаный шерстяной свитер, полиэтиленовый пакет	Положить вязаный шерстяной свитер в полиэтиленовый пакет для одежды



5.		Средство от моли	Положить в полиэтиленовый пакет средство от моли
6.		Блузка, плечики с противоскользящим покрытием или обтянутые тканью	Повесить блузу на плечики с противоскользящим покрытием или обтянутые тканью
7.		Брюки, липкий ролик для чистки одежды	Почистить брюки липким роликом для чистки одежды
8.		Брюки, вешалка с зажимами	Сложить брюки и повесить на вешалку с зажимами

### Модуль 4 «Пришивание пуговицы»

№	Последовательность операций (рисунок)	Инструменты и приспособления	Способ производства работ
1.		Пуговица, ткань, нитка, иголка, ножницы, игольница	Вдень нитку в иголку, завяжи узелок.
2.			Продень иголку в отверстие пуговицы. Вынь иголку.
3.			Продень иголку во второе отверстие и пропусти на изнаночную сторону ткани.
4.			Повторить операцию, пока пуговица не будет прочно прикреплена.
5.			Закрепить нитку петлей на изнаночной стороне ткани.

*Приложение А.*



**Модуль 2 – «Влажная уборка кухни»**

**Таблица для карточек**

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	

9.	
10.	
11.	
12.	
13.	
14.	
15.	